

Организация АО «Школьный комбинат»  
МЕНЮ для питания учащихся  
МБОУ школа №

Утверждаю

(подпись директора, ФИО)

Дата « 17 » октября 2025 года

Школа

Неделя первая

День 5-ий

Отд./корп

День

| Прием пищи                    | Раздел        | № рец.  | Блюдо                                     | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-------------------------------|---------------|---------|-------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 1-4 классы            | овощи         | 71      | Овощи по сезону                           | 60       | 5,42  | 80,28        | 0,91  | 5,72  | 4,57     |
|                               | горячее блюдо | 281/968 | Биточки паровые с соусом крас основ 60/30 | 90       | 54,11 | 131,63       | 8,57  | 8,79  | 7,33     |
|                               | гарнир        | 303     | Каша вязкая гречневая                     | 150      | 11,95 | 145,5        | 4,58  | 5,01  | 20,52    |
|                               | гор. Напиток  | 376     | Чай с сахаром                             | 200/10   | 1,53  | 56           | 0,2   | 0,02  | 13,6     |
|                               | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 40       | 2,88  | 93,6         | 3,04  | 0,36  | 19,88    |
|                               | хлеб рж-пшен  | ПР      | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30       | 2,16  | 64,5         | 2,04  | 0,36  | 13,92    |
|                               |               |         | ИТОГО:                                    | 573      | 78,05 | 571,51       | 19,34 | 20,26 | 79,82    |
| Завтрак льготные категории    | овощи         | 71      | Овощи по сезону                           | 60       | 5,42  | 80,28        | 0,91  | 5,72  | 4,57     |
|                               | горячее блюдо | 281/968 | Биточки паровые с соусом крас основ 60/30 | 90       | 54,11 | 131,63       | 8,57  | 8,79  | 7,33     |
|                               | гарнир        | 303     | Каша вязкая гречневая                     | 150      | 11,95 | 145,5        | 4,58  | 5,01  | 20,52    |
|                               | гор. Напиток  | 376     | Чай с сахаром                             | 200/10   | 1,53  | 56           | 0,2   | 0,02  | 13,6     |
|                               | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 40       | 2,88  | 93,6         | 3,04  | 0,36  | 19,88    |
|                               | хлеб рж-пшен  | ПР      | Хлеб ржано-пшеничный                      | 30       | 2,16  | 64,5         | 2,04  | 0,36  | 13,92    |
|                               |               |         | ИТОГО:                                    | 573      | 78,05 | 571,51       | 19,34 | 20,26 | 79,82    |
| Обед 2 смена начальные классы | овощи         | 71      | Овощи по сезону                           | 70       | 11,35 | 98,52        | 1,64  | 5,05  | 8,72     |
|                               | 1 блюдо       | 82      | Борщ с капустой и картофелем              | 200      | 8,33  | 83           | 1,44  | 3,94  | 8,75     |
|                               | горячее блюдо | 291     | Плов 50/100                               | 150      | 44,08 | 237          | 13,91 | 8,05  | 27,34    |
|                               | хлеб черный   | ПР      | Хлеб рж.-пшеничный                        | 45       | 3,24  | 96,6         | 2,43  | 2,52  | 21       |
|                               | хлеб белый    | ПР      | Хлеб пшеничный                            | 60       | 4,32  | 171,72       | 5,09  | 1,6   | 33,72    |
|                               | напиток       | 1201    | Напиток лимонный                          | 200      | 6,73  | 97,4         | 0,14  | 0,01  | 24,1     |
|                               | Итого:        |         | ИТОГО:                                    | 700      | 78,05 | 784,24       | 24,65 | 21,17 | 123,63   |

| Обед<br>льготные<br>категории                   | овощи                 | 71   | Овощи по сезону                          | 100   | 17,06  | 101,94 | 2,08  | 6,38  | 14,85  |
|-------------------------------------------------|-----------------------|------|------------------------------------------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|
|                                                 | 1 блюдо               | 82   | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/5 | 13,21  | 103,75 | 1,8   | 4,92  | 10,93  |
|                                                 | горячее блюдо         | 291  | Плов 55/150                              | 205   | 50,36  | 305    | 16,95 | 10,47 | 35,73  |
|                                                 | хлеб черн.            | ПР   | Хлеб рж.-пшеничный                       | 40    | 2,88   | 96,6   | 2,43  | 0,25  | 21     |
|                                                 | хлеб белый            | ПР   | Хлеб пшеничный                           | 70    | 5,04   | 189    | 5,6   | 1,75  | 37,1   |
|                                                 | напиток               | 1201 | Напиток лимонный                         | 200   | 6,73   | 97,4   | 0,14  | 0,01  | 24,1   |
|                                                 | фрукты                | 338  | Фрукты в ассортименте* яблоко            | 100   | 10,76  | 47     | 0,4   | 0,4   | 9,8    |
|                                                 |                       |      | ИТОГО ЗА ОБЕД:                           | 977   | 106,04 | 940,69 | 29,4  | 24,18 | 153,51 |
| Полдник 1-4<br>классы<br>льготной<br>категории  | кисломолочный продукт | ПР   | Кисломолочный напиток                    | 200   | 45,00  | 107    | 5,8   | 5,0   | 9,6    |
|                                                 | мучное изделие        | 446  | Кекс "Столичный"                         | 100   | 33,05  | 420    | 6,09  | 18,45 | 57,41  |
|                                                 |                       |      | ИТОГО:                                   | 300   | 78,05  | 527,0  | 11,89 | 23,45 | 67,01  |
| Полдник 5-11<br>классы<br>льготной<br>категории | кисломолочный продукт | ПР   | Кисломолочный напиток                    | 200   | 45,00  | 107    | 5,8   | 5,0   | 9,6    |
|                                                 | мучное изделие        | 446  | Кекс "Столичный"                         | 100   | 33,05  | 420    | 6,09  | 18,45 | 57,41  |
|                                                 |                       |      | ИТОГО:                                   | 300   | 78,05  | 527,0  | 11,89 | 23,45 | 67,01  |

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО